

Smerte

ANMELDT AV

Anbjørg Ohnstad

PUBLISERT 1. november 2005



Arne Johan Vetlesen **Smerte** Dinamo Forlag, 2004 Kr 249. 185 sider. 82-8071-076-0

«Uten smerte er ikke livet vårt verdt å leve. Med smerte er livet knapt til å holde ut. Når smerten er total, tar den livet fra oss i levende livet og får oss til å lengte etter smertens fravær – selv om det i siste instans vil være ensbetydende med livets slutt. Dersom livet bare handler om smerte, blir det et spørsmål om det er verdt å leve.»

Boka omhandler det som de fleste psykologer befatter seg med hele tiden, psykisk og fysisk smerte. Forfatteren tar for seg smerte som tortur, som sykdom, som psykisk smerte, og gir en filosofisk og psykologisk analyse av disse temaene. Hensikten er å *dvele* ved smerten – ikke for enhver pris å fjerne den, men forstå den og erkjenne den som en del av livet. Forfatteren er her på linje med psykologiens interesse for betydningen av symptomene og hva de forteller.

Vetlesen kritiserer eksistensialismen fordi den har et utpreget individualistisk perspektiv og i for sterk grad understreker friheten til å velge. Han argumenterer for at skillet mellom den fysiske og den psykiske smerten er kunstig, og argumenterer imot friheten til å velge: «smerter er følelser og tilstander som vi er dømt til å leve med og

som vi derfor ikke suverent kan gå inn og ut av». Smertens kroppslighet er et sentralt tema, og hvordan den dirigerer oppmerksomheten.

I lys av eksistensialfilosofer som Kierkegaard, Heidegger og Sartre diskuterer forfatteren hvordan angst både kan være en vekker for å ta ansvar for sitt eget liv, og noe som lammer. Så beskrives tilværelsens ufravikelige grunnvilkår, som avhengighet, sårbarhet, dødelighet, relasjoners skjørhet, og eksistensiell ensomhet.

Diskusjonen om transport av psykisk smerte er etter min mening svært spennende – hvordan man kan påføre andre sin smerte ved ikke selv å vedstå seg den. Transport av smerte står i motsetning til å dele sin smerte med andre. Å få andre til å føle seg hjelpeløse kan hjelpe på egen hjelpeløshet. Denne avmaktens psykologi utdypes ved hjelp av psykologisk litteratur om krenkeren og den som blir krenket, tabuer som hindrer synliggjøring, og faren for å legge skylden på den som blir krenket.

Også misunnelse kan ses i lys av transport av psykisk smerte. Når beundringen smerter, fordi den beundrede bare synliggjør min egen utilstrekkelighet, er det tryggest å rakke ned på den beundrede og gjøre denne mindre verdt. Psykisk smerte analyseres her som en mangel. At også andre er mangelfulle, gjør at transport av smerte er mulig.

Ondskap kan forstås som å påføre andre sin smerte ved å overskride andres grenser. Sadisme kan forstås som å kontrollere smerter hos andre. Å erkjenne smerten som en del av livet, og kunne dele den, er å ta bort noe av intensiteten i smerten.

Ettersom vi ofte blir påført andres lidelser i en relasjon, er det nettopp i en korrigerende relasjon vi helbredes. Tilsvarende gir kulturen svar på hvordan vi kan håndtere smerte, fordi kulturen omformer og symboliserer smerte på måter som kan bidra til gjenkjenning og bearbeiding. Vi blir for eksempel berørt av film, teater, litteratur og annen kunst som spiller vår smerte og noen ganger gir mening til den.

Forfatteren hevder at kulturen i dagens samfunn svikter sine oppgaver. Symbolbruken i det offentlige rom er for likt det onde, symbolene er for konkrete og for lite abstrakte. Gjennom for eksempel reality-tv, filmer, playstation og Internett utbroderes ondskap og vold, de svakeste vrakes, tapere kan fremstilles som et selvforskyldt offer for egen dumskap. I denne kulturen godtas også nedbygging av velferdsgoder. Smerten ved valgtvangen i «opsjonssamfunnet» kan gi seg utslag i utbrenthet, handlingslammelse, angst og depresjon. Dette er reaksjoner på flytende identiteter og stadige omstillinger. Prisen for denne selvskapingen kan bli rovdrift på mennesket selv. Avhengigheten og sårbarheten, det å være trengende og ha behov for hjelp, blir assosiert med skam. Den tradisjonelle skammen i form av pinlighet er på retur, skammen transporteres fra det kollektive til det individuelle. Skammen bli tausere og mer ensom.

Det er mye gjenkjennelse i det Vetlesen skriver, og han tilbyr en utvidet ramme for å forstå fysisk og psykisk smerte. Boken anbefales som god lesning for den som vil utvide sitt syn på at mennesket i lys av kulturen som preger dagens samfunn.

Teksten sto på trykk første gang i Tidsskrift for Norsk psykologforening, Vol 42, nummer 11, 2005, side

ANMELDT AV

Anbjørg Ohnstad